



**エフエムみっきい 新編成は4月6日(月)スタート!!**

[発行] (株)エフエム三木  
〒673-0493 三木市上の丸町10-30  
TEL: 0794-86-0761 FAX: 0794-86-1761  
MAIL: 761@fm-miki.jp WEB: http://www.fm-miki.jp/

陸上自衛隊青野原駐屯地 創設50周年記念行事

# 青野祭

## AONOGAHARA

# 50th Anniversary

～飛翔～  
「はりまの地で50年、これからも、地域とともに」

令和8年 **5月31日** 一般開放 1000～1500

0794-66-7301 青野原駐屯地広報

## エフエムみっきい番組紹介

三木市の安全・安心を守る注目のコーナー  
**三木警察署ホットライン**  
放送日: 平日11:00～ / 再放送: 17:35～

県下ナンバー1の情報量を誇り、現役警察官が日替わりで生出演します。生活安全課をはじめ、交通課、刑事課ほか各セクションの担当者が登場し、週末や前日に市内で発生した事件や事故を、分かりやすく丁寧に解説。防犯や交通安全のトピックから重要ポイントも交えながら、市民の皆さまに役立つ情報をお届けします。

放送は平日午前11時から、午後5時35分からは同録による再放送もあり、1日2回お聴きいただけます。

地域の安全を心から願い、真摯で熱い思いをラジオを通じて発信するこのコーナーを、ぜひ一度お聴きください。

Challenge to Dream Part2  
**清水と森口のDouble Edge**  
放送日: 毎週月曜日10:00～10:15  
再放送: 毎週火曜日16:35～16:50 ※隔週再放送

三木市若手アーティスト応援団 推薦アーティストの2人、シンガーソングライター清水あきひろと森口英彦が新ユニット「Double Edge」を結成！そんな二人が「いくつになっても丸まらずエッジの効いた人生を送ろう！」をテーマにお送りする、ちょっととがったトークと歌の番組。

代表曲  
森口英彦「道の駅よかわのテーマ曲」「雨音」など  
清水あきひろ「わっしょい」「ひとつになる街」など

## さるとるの三木てくてくマップ

放送時間: 火10:00～/土23:15～ 【提供: 三木市観光協会】

### 竹中半兵衛ゆかりの場所

毎週日曜夜8時が楽しい令和8年。大河ドラマ「豊臣兄弟！」が面白い。

この時代で三木市が取り上げられるとすれば、三木合戦。三木城主別所長治公をどなたが演じられるのだろうかという関心を前に、早々に発表されたのが軍師・竹中半兵衛。演じるのは、菅田将暉。3月から登場し、織田信長の家来となって小一郎とともに秀吉を支えていくという展開に、いつ頃三木が出てくるのだろうかとわくわくが抑えられない。

そんなわけで、3月後半の「てくてく」は竹中半兵衛ゆかりの地を訪ねました。解説は、もはや準レギュラーの三木市史編さん室・廣井さん。訪れたのは竹中半兵衛の墓と、竹中半兵衛陣所跡。まずはお墓参りから。

塀に囲まれた半兵衛の墓はどこか斜めを向いている。墓石が向いているのは三木城の方角で、死してなお三木城に睨みをきかせているのだとか。これ必見！次に向かったのは半兵衛の陣所跡。平井山ぶどう園を抜けて陣所跡の麓に到着し、そこから歩いて5分ほどの山頂の平場にありす。

今は木立が邪魔をしているけれど、当時は見晴らしがよく、これまた三木城の様子がよく見えたのだろうと推察できます。

きっと半兵衛もこの陣所の物見櫓(やぐら)から三木城に睨みをきかせていたのだろうと思いを馳せながら、気分は菅田将暉で、三木城の方角を指さしてみたのです。



## 防災ちょっとアイデア

今回の防災ちょっとアイデアは、「備えない防災」といわれているフェーズフリー防災についてお話しします。

少し聞き慣れない言葉かもしれませんが、直訳すると「段階を分けない」という意味で、「普段の暮らし」と「災害」を分けないという考え方です。

能登半島地震はお正月の夕方に起こりました。災害はいつも突然やってきます。だからこそ防災を特別なことにしないよう、普段の暮らしそのものを、災害の備えにしておく。それがフェーズフリー防災の考え方です。

フェーズフリーの具体例として、食品を日常的に消費しながら備える「ローリングストック」があげられます。缶詰やレトルト食品、フリーズドライ食品などは賞味期限が長く常温保存ができるため、防災備蓄としてだけでなく普段の食事にも活用できます。

また、アウトドアもフェーズフリーの代表的な例です。テントや寝袋などはキャンプなど普段のレジャーで使えるだけでなく、災害時に電気やガスが止まった場合や、家が損壊して寝る場所が確保できないときにも役立ちます。日頃から使い慣れている道具であれば、いざというときも使い方に困らないというメリットもあります。

さらに、カセットコンロやカセットボンベなども、日常の調理やアウトドアで使えるだけでなく、災害時の調理手段として活用できる便利な備えといえるでしょう。

大田 亜由美 Ayumi Ota  
防災士・防災備蓄収納1級プランナー



バナー広告 会社紹介・イベント情報・求人広告など

かわぐち ●診療科目 泌尿器科/腎臓内科/内科

### 腎泌尿器科・内科クリニック

「地域に寄りそう医療を」

当院の外来に通院していただいている患者さんに対して、訪問診療を提供しております。担当ケアマネージャーや訪問看護と密に連絡を取りながら、容態が変化された際にも、自宅でご不安なように対応しております。

TEL 079-497-5877

兵庫県加古郡稲美町岡岡2丁目9-7 コスモビル1F(コスモクリニック横)

プロのごこだわりを 満足させる確かな品質

守る。という、やりがい。 自衛官募集中

テスクワークあり 女性にも広がるフィールド 充実した福利厚生 国を守るやりがい 幅広い職種・職域

株式会社岡田金属工業所  
ゼット販売株式会社  
〒673-0404 兵庫県三木市大村561番地  
TEL:0794-83-3111 FAX:0794-83-5111  
URL: http://www.z-saw.co.jp E-Mail: sales@z-saw.co.jp

北播磨担当の長尾です！  
資料請求・質問、何でもどうぞ！  
☎070-6677-9878  
防衛省自衛隊兵庫地方協力本部  
青野原分駐所(小野市駅台1(青野原駐屯地内))

## お墓じまい

石碑1基 8万円より～ 見積り無料!!

墓守がいなくなると、お墓は無縁墓になってしまいます。無縁墓にならない為に、墓じまいをしたいと考えている方が増えています。

お墓の解体・処分・遺骨の改葬はお墓の山石にご相談下さい。

信頼と実績 安心のお付き合い

お墓の山石 ☎0120-1482-77

## 薬屋さんの健康コラム

春の訪れは嬉しいものですが、日によって天気や気温がコロコロと変わりやすく、体調管理に気をつかう時期でもありますね。皆さまお気をつけ下さい。

最近、患者さんから花粉症の市販薬について興味深い質問を受けました。「花粉症の薬のCMで「眠くなりにくい」と言っているものがあるけど、この薬を選ぶといいですか？」という内容です。

確かに、花粉症の薬は眠くなるものが多いですから、「眠くなりにくい」はメリットのように感じられますよね。

種明かしをしますが、花粉症の薬には「すごく眠くなるもの」「眠くなるもの」「やや眠くなるもの」「眠気が出ないもの」があります。

「眠気が出ない薬」の存在を知らなければ、「やや眠くなる薬」を「眠くなりにくい」と表現されても違和感はなく、「眠くなりにくいのは良い薬だ」と考え、購入する人が少なくないだろうというカラクリです。嘘ではないです。

実は、市販薬や健康食品のCMIには、こうしたトリックが多く用いられています。一方で、国際的な調査では、ここまで簡単に騙されるのは日本人だけという不名誉な状況も指摘されています。理由は単純で、日本人は薬を買う際に薬剤師と相談する習慣がないからです。

気兼ねなく質問・相談でき、誠実な薬剤師さんがいたら、かかりつけとして親しく付き合ってみると良いですね。

高橋秀和  
あおば調剤薬局 薬局薬剤師  
三木市末広1-7-15  
TEL:0794-78-0300



## これまでも、これからも

先日、「引退するじいじのために」と題された番組を見ました。高齢になり店を閉めざるを得なくなった寿司職人の祖父のために、小学生のお孫さんが自らお寿司を握る姿を見せたい、というものでした。

お祖父ちゃんが大好きなお孫さんは、そのお寿司を握っている姿に魅了され、いつしか将来は寿司職人に成りたいと思うようになったのです。お祖父ちゃんからは、昔、シャリを握る感覚を養うためにミニタオルを巻いたものを渡されていましたが、これを日頃から握って練習し、陰ながらどんな仕事をしたら良いかを密かに研究していたようです。

そして、いよいよ閉店を控えたある日、お孫さんはお祖父ちゃんをカウンター越しに座らせて「お寿司を握ってあげる」と言いました。見様見真似ですが、意外としっかりした手さばきで注文のマグロを握り、お祖父ちゃんの目の前のお皿に置きます。それを食べたお祖父ちゃんは感極まったのか、ほろりと涙を流します。そして、寿司職人に成りたいと初めて告げた孫を前にして言いました、「今日のために今まで生きてきた気がする」と。大切なものを大切に受けとってくれた人がいる、そこに喜ぶ人の姿がありました。

眠っていたものも動き出し、若々しい命が芽吹く季節の到来です。これまでも、これからも一所懸命を心がけたいと思う今日このごろです。

牧野 仁  
浄土真宗本願寺派(西)報恩寺住職  
報恩寺悩み相談「トオチカ」 https://toochika.houonji.jp/  
Youtube「報恩寺チャンネル」

